



Nota: No adelantarse al proceso

Receta Platillo

Crepa Natural Con Queso Crema Suave, Nutella, Fresa y Plátano.

Tiempo de Preparación:

Descripción:

Cantidad:	Unidad:	Ingredientes:	Observaciones (Marca)
165	grs.	Harina.	
3	Pzas.	Huevos.	
20	grs.	Azúcar.	
1	gr.	Sal.	
1 o 2	Cdas.	Aceite.	(O mantequilla derretida).
1	Tza.	Leche.	
		Relleno:	
		Queso crema suave.	
		Crema de avellana.	
		Fresa.	
		Plátano.	

CEDO

#	Preparación:
1	Se ponen todos los ingredientes en la licuadora excepto la leche, la cual se va poniendo poco a poco hasta que la pasta quede líquida, licuamos aprox. 1 mn.
2	El procedimiento de armado lo veremos en clase.

Notas:

- Para sabor chocolate, quitamos 25 gr. Harina y ponemos 25 gr. Cocoa en polvo
- De esta porción salen 5 crepas de 30 cm.
- De esta porción salen 8 crepas de 20 cm.



Nota: No adelantarse al proceso

Receta Platillo

Crepa De Nuez Con Queso Crema Suave y Mermelada De Zarzamora.

Tiempo de Preparación:

Descripción:

Cantidad:	Unidad:	Ingredientes:	Observaciones (Marca)
165	grs.	Harina.	
3	Pzas.	Huevos.	
20	grs.	Azúcar.	
1	gr.	Sal.	
1 o 2	Cdas.	Aceite.	(O mantequilla derretida).
1	Tza.	Leche.	
1	Cda.	Concentrado de nuez.	
		Relleno:	
		Queso crema suave.	
		Mermelada de zarzamora.	

CEDO

#	Preparación:
1	Se ponen todos los ingredientes en la licuadora excepto la leche, la cual se va poniendo poco a poco hasta que la pasta quede líquida, licuamos aprox. 1 mn.
2	El procedimiento de armado lo veremos en clase.

Nota:

- De esta porción salen 5 crepas de 30 cm.
- De esta porción salen 8 crepas de 20 cm.



Nota: No adelantarse al proceso

Receta Platillo

Crepa De Jamón Con Vegetales, Crema De Pimiento y Queso.

Tiempo de Preparación:

Descripción:

Cantidad:	Unidad:	Ingredientes:	Observaciones (Marca)
165	grs.	Harina.	
3	Pzas.	Huevos.	
20	grs.	Azúcar.	
5	grs.	Consomé en polvo.	
2	grs.	Sazonador al gusto.	(Ajo en polvo, cebolla en polvo , etc).
1 - 2	Cdas.	Aceite.	(O mantequilla derretida).
1	Tza.	Leche.	
		Relleno:	
		Jamón pavo o pierna.	
		Jamón pavo o pierna.	
		Calabaza fileteada.	
		Cebolla fileteada.	
		Salsa pimiento:	
3	Pzas.	Pimiento rojo.	(Asados y pelados).
		Chorrito de aceite.	
50	MI.	Miel de abeja.	



#	Preparación:
1	Licuar todos los ingredientes hasta integrar.
2	Guisar los vegetales hasta dorar, que no queden muy suaves.
3	Se ponen todos los ingredientes en la licuadora excepto la leche, la cual se va poniendo poco a poco hasta que la pasta quede líquida, licuamos aprox. 1 mn.
4	El procedimiento de armado lo veremos en clase.

Nota:

- De esta porción salen 5 crepas de 30 cm.
- De esta porción salen 8 crepas de 20 cm.



Nota: No adelantarse al proceso

Receta Platillo
Crepa De Champiñones Con Queso.

Tiempo de Preparación:	Descripción:
-------------------------------	---------------------

Cantidad:	Unidad:	Ingredientes:	Observaciones (Marca)
165	grs.	Harina.	
3	Pzas.	Huevos.	
20	grs.	Azúcar.	
5	grs.	Consomé en polvo.	
2	grs.	Sazonador al gusto.	(Ajo en polvo, cebolla en polvo , etc).
1 - 2	Cdas.	Aceite.	(O mantequilla derretida).
1	Tza.	Leche.	
		Relleno:	
		Queso manchego.	
		Champiñones.	

CEDO

#	Preparación:
1	Podemos guisar un poco los champiñones con cebolla picada o ajo.
2	Se ponen todos los ingredientes en la licuadora excepto la leche, la cual se va poniendo poco a poco hasta que la pasta quede líquida, licuamos aprox. 1 mn.
3	El procedimiento de armado lo veremos en clase.

Nota:

- De esta porción salen 5 crepas de 30 cm.
- De esta porción salen 8 crepas de 20 cm.



Nota: No adelantarse al proceso

Receta Platillo
Waffles

Tiempo de Preparación:	Descripción:
-------------------------------	---------------------

Cantidad:	Unidad:	Ingredientes:	Observaciones (Marca)
165	grs.	Harina.	
180	grs.	Harina hot cakes.	
3	Pzas.	Huevo.	
10	grs.	Polvo para hornear.	
40	grs.	Azúcar.	
1	Pizca.	Sal.	
120	ml.	Leche.	
3	Cdas.	Aceite.	
		Toppings:	
		Frutos rojos.	
		Miel.	
		Plátano.	
		Tocino o jamón.	
		Huevo estrellado.	
		Chocolate.	

CEDO

#	Preparación:
1	Licuamos todos los ingredientes, excepto la leche, la cual se va poniendo lentamente hasta obtener una masa espesa.
2	Se barniza la wafflera y se calienta por unos minutos y luego se le agrega aprox. $\frac{3}{4}$ partes de su capacidad
3	Se cuece y lentamente se despega de las orillas.
4	Se sirve con los toppings al gusto.

Lista de materiales en general:

- Báscula
- Bowls
- Licuadora
- Crepera
- Wafflera
- Taza medidora
- Cucharas medidoras
- Miserables de silicón
- Miserables de plástico
- Utensilios de cocina
- Bowls de varias medidas
- Cuchillo
- Tabla para picar
- Sartén